

- ممکن است رنگ و بوی مایع منی نیز برای مدت کوتاهی تغییر یابد. از پزشک خود سوال کنید آیا داروهای شما دارای چنین اثراتی هستند.

خود را از نظر وجود علائم زیر بررسی کنید.

- درد یا سوزش هنگام دفع ادرار، تکرار ادرار، احساس فوریت در دفع ادرار، ادرار قرمز رنگ یا خونی (بعضی داروهای شیمی درمانی رنگ ادرار را تغییر می دهند، در صورت ایجاد این وضعیت به پزشک یا پرستار اطلاع دهید.

- به میزان کافی مایعات بنوشید، مصرف مایعات باعث تولید بیشتر ادرار شده و از ایجاد مشکلات کلیوی پیشگیری می کند. آب، آب میوه، قهوه، چای، سوپ و بستنی می توانند مایعات مصرفی شما را تشکیل دهند (در صورتی که از رژیم خاصی پیروی می کنید، در این مورد با پزشک یا پرستار مشورت کنید).

نکاتی در مورد زخم دهان، لثه و مشکلات گلو

یکی از نکات با اهمیت در طی دوره درمان با داروهای شیمی درمانی، مراقبت صحیح از دهان است. برخی داروهای شیمی درمانی می توانند در دهان زخم ایجاد کنند یا باعث خشکی دهان و حتی خونریزی شوند.

قبل از شروع شیمی درمانی، اغلب افراد نگران عوارض جانبی این داروها هستند. عوارض جانبی شایع شیمی درمانی عبارتند از: تهوع، استفراغ، ریزش مو، خستگی، افزایش احتمال ایجاد خونمردگی و خونریزی و ابتلا به عفونت سایر مشکلاتی که می تواند به دنبال شیمی درمانی ایجاد شوند عبارتند از زخم دهان و لثه، مشکلات عصبی و عضلانی، خشکی پوست، تحریک مثانه و کلیه

این نکات را همواره به خاطر داشته باشید

- یک بیمار تحت درمان با داروهای شیمی درمانی همه عوارض فوق را تجربه نمی کند، برخی افراد فقط دچار عوارض جانبی بسیار مختصری می شوند.

شدت عوارض در افراد مختلف متفاوت است.



- با پزشک و پرستار در مورد اینکه احتمال ابتلا به کدام عوارض در شما بیشتر است صحبت کنید.

- اغلب پزشک شما داروهایی را تجویز می کند که قبل از بروز عوارض از ایجاد آن ها پیشگیری کند.

- اگرچه این عوارض ناخوشایند است اما گذرا هستند و توجه کنید که این داروها می توانند موجب درمان بیماری شما شوند.

آیا شیمی درمانی کلیه ها و مثانه را تحت تأثیر قرار می دهند؟

این داروها ممکن است موجب تغییر رنگ ادرار شوند (نارنجی، قرمز یا زرد) یا باعث افزایش بوی ادرار یا ایجاد بویی شبیه دارو در ادرار شوند.

	یا من اسمم دواء و ذکره شفاء	
---	-----------------------------------	---

عوارض شایع داروهای شیمی درمانی



واحد آموزش سلامت

تابستان ۹۹

مرکز آموزشی درمانی و تحقیقاتی قلب و عروق

شهید مدنی تبریز

<http://madanihosp.tbzmed.ac.ir>

زخم های دهانی فقط دردناک نیستند، بلکه میکروب های موجود در دهان شما می تواند آنها را عفونی سازد. مقابله با عفونت می تواند به مشکلات جدی منتهی گردد. بسیار با اهمیت است که شما با رعایت توصیه های زیر از ایجاد آن مشکل پیشگیری نمایید.

راه هایی جهت حفظ سلامت کلو، دهان و لته در طی شیمی درمانی

- قبل از شروع اولین دوره شیمی درمانی به دندانپزشک مراجعه کنید تا ضایعات احتمالی دهان و دندان شما را ترمیم کند.

- بعد از خوردن هر وعده غذا، دندان های خود را مسواک بزنید، از مسواک نرم استفاده کنید و دندان های خود را با ملایمت و به آرامی مسواک کنید. مسواک زدن خشن می تواند به بافت نرم دهان آسیب برساند.

- مسواک خود را بعد از هر بار استفاده به خوبی بشویید و در جای خشک نگهداری کنید.

- در صورت ایجاد زخم در دهانتان ، به پزشک یا پرستار اطلاع دهید، ممکن است شما به درمان طبی نیاز داشته باشید.

- اگر زخم های دهانی دردناک دارید و این زخم ها مانع غذا خوردن شما هستند، نکات زیر را به کار ببرید :

- از پزشک خود سوال کنید که آیا می توانید از داروهای خاص که او تجویز می کند جهت تسکین درد استفاده کند.

- غذاهای خنک مصرف کنید، غذاهای داغ یا گرم می تواند موجب تحریک بافت حساس دهان شود.

(۴)

- از مواد غذایی نرم و آبکی مانند بستنی، میوه های نرم(موز) پوره سیب زمینی، تخم مرغ آب پز ، سوپ استفاده کنید.

- از مواد غذایی محرک، غذاهای اسیدی مانند گوجه ، آب پرتقال و غذاهای شور و تند و غذاهای خشک پرهیز کنید.

- در صورتی که دچار خشکی دهان هستید و این مسئله مانع غذا خوردن شما می شود ، نکات زیر را رعایت فرمایید.

- مایعات فراوان بنوشید، قطعات یخ با آب نبات ترش بمکید، از آدامس های فاقد شیرینی استفاده کنید. غذاهای خشک را همراه کره یا سس استفاده کنید، از غذاهای نرم و صاف شده استفاده کنید، از پماد A جهت مرطوب کردن لب ها استفاده کنید.

علائم عفونت

در صورت بروز هر یک از موارد زیر لازم است که به پزشک مراجعه کنید.

- تب (معمولا اولین نشانه عفونت است) لرز، تعریق ، سرفه یا تنگی نفس ، گلودرد یا وجود زخم در دهان ، مدفوع شل یا آبکی ، اشکال در ادرار کردن ، افزایش دفعات ادرار یا سوزش حین ادرار کردن ، خارش ناحیه تناسلی یا وجود ترشحات چرکی.

پیشگیری از عفونت

کاهش نوتروفیل ها یک عارضه مورد انتظار شیمی درمانی است. تحقیقات نشان داده که شستن دست ها و رعایت بهداشت ، موثرترین راه پیشگیری از عفونت است.

(۵)

روش های پیشگیری

- دست های خود را قبل از غذا خوردن و بعد از اجابت مزاج و عطسه کردن خوب بشویید.

- مطمئن شوید که تمام قسمت های دست خود را شسته اید، ۱۰ ثانیه زمان مناسبی جهت شستن دست ها می باشد.

- رعایت بهداشت دهان ضروری است. دندان های خود را با مسواک نرم بعد از صرف غذا و قبل از خواب مسواک بزنید.

- هر روز دوش آب گرم بگیرید(دوش آب داغ می تواند باعث خشکی پوست شود).

- از تماس نزدیک با افراد بیمار شامل کودکان مبتلا به سرخک و آبله مرغان یا بزرگسالان مبتلا به سرماخوردگی بپرهیزید.

- از تماس با افرادی که به تازگی واکسن زده اند بپرهیزید.

- اگر نیاز به اقدامات دندانپزشکی دارید حتما با پزشک معالج خود در این مورد مشورت کنید و به دندانپزشک اطلاع دهید که تحت درمان با داروهای شیمی درمانی هستید.

- از حضور در اماکن شلوغ بخصوص ۷ تا ۱۴ روز بعد از دریافت داروهای شیمی درمانی اجتناب کنید.

- از ایجاد یبوست پیشگیری کنید و از وارد شدن صدمه به پوست و مخاط دهان پیشگیری کنید.

(۶)